平成25年（2013年）
11月1日号
ひと、まち、輝く
静岡気分
SHIZUOKA KIBUN
広報しずおか
No.0255
発行／静岡市（毎月1日・15日発行）
編集／総務局　行政管理部　広報課
〒420-8602 静岡市葵区追手町5番1号
http://www.city.shizuoka.jp/
●市役所へのお問合せは、コールセンター
（☎200-4894・午前8時～午後8時）へ

丸子路をゆく

古来より、人々の往来が絶えない丸子路。古くは在原業平の伊勢物語に登場し、今にいたるまで数多くの物語をこの地に残しています。

秋はハイキングにぴったりの季節。皆さんもいにしえの旅人たちに想いを馳せて、秋の丸子路を歩いてみませんか。

◀旧東海道に佇む馬頭観音

◀つたの細道

◀宇津ノ谷の集落

◀丸子の朝市

▲大鉾（おおだたら）不動尊

誓願寺前の沿道をゆるやかに登っていく。

最奥にはこんもりとした木々。入っていくと、ふと気配が変わったことに気づく。

しんとした空気。水の流れ落ちる音。そこは静寂の世界。

訪れた心の平穏に気づき、そっと手を合わせる。

・丸子と歌人

駿河なる 宇つの山辺のうつつにも 夢にも人に逢はぬなりけり

東西交通の要衝である丸子。在原業平は東下りの際、宇津ノ谷峠を越えていきました。当時は暗く寂しい峠道も、現在は整備され、ハイキングの人気コースとなっています。

梅若菜 丸子の宿の とろろ汁

芭蕉の句にも詠まれたとろろ汁。美味しさは折り紙つきです。

Index もくじ

■ 認知症予防特集……02～03
■ 「もっとイキイキ」区の魅力 清水区……04
■ くらしの情報……05
■ お知らせ……06～11

認知症について正しく知ろう

問合せ 高齢者福祉課 ☎221-1203
介護保険課 ☎221-1374
地域リハビリテーション推進センター ☎249-3182

認知症は、一昔前まで「歳をとれば誰もが忘れっぽくなるもの」とされ、見過ごされてきました。しかし現在では、認知症は誰にでも起こりうる「脳の病気」であると考えられ、医療も進歩しています。

認知症を早期発見する方法や、家族が認知症となった時に対応するポイントを紹介します。

認知症についての基礎知識

■認知症とは

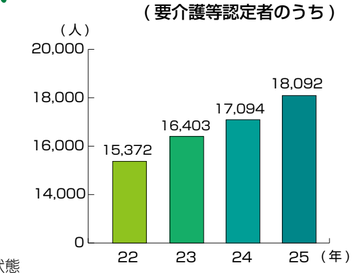
脳や身体に何らかの病的な障害が起こった結果、一度発達した知的機能が低下して、社会生活や日常生活に支障をきたしている状態をいいます。

■認知症の現状

認知症の推計は全国で462万人(高齢者人口の16%)、MCI(※)の推計は全国で380万人(高齢者人口の13%)いると推計されています(平成25年6月、厚生労働省発表)。

※MCI…認知機能が正常と認知症の中間にある状態

静岡市の認知症高齢者数
(要介護等認定者のうち)



日本では世界に類を見ない速さで高齢化が進み、本市においても平成25年度には高齢化率が25.9%に達し、4人に1人が高齢者という状態です。それに伴い認知症になる人も増加しています。

このような状況の中で、すべての人が認知症について理解を深めていくことが重要です。

市では、認知症になっても尊厳を持って住み慣れた地域で安心して自分らしい生活を送れるようなまちを目指しています。

認知症に対して正しい理解を深め、地域全体で支援する体制づくりを皆さんと一緒に進めていきたいと思います。

静岡市長　田辺信宏

認知症は病気です

出典：八千代病院認知症疾患医療センター

認知症は早期発見すれば進行を遅らせることができるものもあります。また、関わり方で症状を落ち着かせたり、悪化を防止することができます。

加齢による物忘れ

- 体験の一部を忘れる
- ヒントを与えられると思い出せる
- 時間や場所などは正しく認識
- 日常生活に支障はない

アルツハイマー型認知症の物忘れ

- 体験全体を忘れる
- 新しい出来事を記憶できない
- ヒントを与えられても思い出せない
- 時間や場所などの認識が混乱
- 日常生活に支障がある

※ごく軽度の認知症では、目立った支障がほとんどみられないこともあります。

ご家族の中にこんな症状の人いませんか？

物忘れ(置き忘れ、しまい忘れ)が多くなってきた。	最近、怒りっぽい。些細なことですぐに怒り出す。
同じことを何回も聞いてくる、言ってくる。	意欲がなくなった。自分から何もしない。
今までできていたことに対して確認することが多くなってきた。	「えっ！」と感じることが最近多くなってきた。

出典：八千代病院認知症疾患医療センター

心配なことがあったら早めにかかりつけ医、地域包括支援センターに相談しましょう。

生活習慣病の予防が、認知症予防につながります

- **脳に良い食生活をする**
  野菜・果物・魚・緑茶を多くとる
- **運動をする**
  しぞ～かでん伝体操・散歩などの有酸素運動を週2～3回行う
- **家に引きこもらない**
  人とコミュニケーションを取る、講演会・S型デイサービス・ショッピングなどにでかける
- **趣味を持つ**
  料理・園芸・健康マージャン・旅行など

介護家族の会

問合せ ボランティア・市民活動センター静岡 ☎254-6330
清水区地域福祉推進センター ☎371-0292

介護者同士で介護の疲れ・悩みなどを情報交換する場として、市内には「静岡介護者きずなの会」「清水介護家族の会」という二つの会があります。

ここでは、介護者の皆さんの肉体的・精神的負担を少しでも和らげるために、さまざまな取組みを行っています。

認知症よろず相談 ☎367-5130
毎週月曜、午前10時～午後3時
※昼休み、祝日・年末年始を除く

静岡介護者きずなの会　会長　望月　恵子

「ひとりで親を介護している人」「老々介護で心身共に疲れている人」「悩んでいる人」…ひとりで抱え込まないでください。介護者同士本音で話せる場、わかってくれる仲間がいます。私たちは毎月10日の午後1時～3時、中央福祉センターで「おしゃべり会」を開いており、誰でも自由に参加できます。

清水介護家族の会　会長　池上　和枝

介護者の皆さんの多くは、「自分の話を聞いてほしい」と思っている方が多いようです。

私たちは、週に1回おしゃべりサロンを開催しています。会員でない方でも自由に参加できるので、認知症のご家族の介護で疲れている方にぜひ気軽に利用していただきたいと考えています。

無料

講演：認知症を予防する生活習慣について

講師
医学博士　金子満雄氏
金子クリニック院長
浜松早期認知症研究所所長

とき：12月3日㈫、午後2時～4時
ところ：あざれあ大ホール
(駿河区馬渕一丁目)
対象：どなたでも300人
申込み：11月14日㈭～、電話で市コールセンター(☎200-4894・申込順)へどうぞ

認知症しずメール 見守り協力者登録にご協力ください

認知症の人が行方不明となった場合にいち早く安全に保護できるよう、見守り協力者の皆さんに行方不明発生情報を配信する「認知症しずメール」を実施しています。

登録方法

①登録用アドレス(sizmail-entry@tokyoanpi.sbs-infosys.com)に空メールを送信してください。
②数分以内に登録サイトへのURLが記載されたメールが届きます。このURLをクリックし、登録サイトへアクセスしてください。

こちらのQRコードからも、登録できます

※行方不明になる心配のある認知症の人の登録は、担当の地域包括支援センターへご相談ください。

認知症サポーターになりませんか

認知症サポーターとは、認知症について正しく理解し、認知症の人やその家族を見守り、応援する人のことを言います。

特別なことをする必要はなく、自分のできる範囲で認知症の方を応援することが求められています。

認知症サポーター養成講座

受講方法など、詳しくは高齢者福祉課(☎221-1203)へどうぞ

11/11は介護の日 福祉用具・自助具を活用し、「私のできること」を見つけましょう。

病気やけがなど何らかの理由で身体に障がいがある場合、日常生活においてすべてを自分で行うことは大変難しいことです。

しかし、住宅改修や福祉用具を活用し生活環境を整えると、新たに「自分のできること」を増やし生活に変化をもたらしていくことができます。

例えば、こちらの自助具を使うと、片手でも調理が行えるようになります

■釘付きまな板
食材を釘で固定できるため、片手でも包丁作業が安全に行えます。

■吸盤付きピーラー
ピーラーが吸盤で固定されるため、食材を動かすだけで皮がむけます。

こんな工夫も…！
※ばらつきやすい食材は、洗濯ばさみでまとめることで切りやすくなります。

福祉用具の体験ができます

リハ・パークしずおかでは、大小合わせて300点ほどの福祉用具を展示しており、使う人に合った適切な福祉用具や介護方法等についての相談も受け付けています。

介護する家族の負担軽減にもつながります

今までできなかったことが自分でできるようになると、日常生活に「自由」や「自信」をもたらし、日々介護するご家族への負担軽減にもつながっていきます。

家族みんなが安心して快適な生活が過ごせる方法を、一緒に見つけていきましょう。

問合せ リハ・パークしずおか
(地域リハビリテーション推進センター)
葵区城東町・城東保健福祉エリア
☎249-3182

さしのべた その手がこどもの 命綱

11月は児童虐待防止月間です

子どもへの虐待は、未然に防ぐことが第一。しかしそれが難しい場合、できるだけ早く発見し、対応することが大切です。

あなたのまわりでも虐待は起こっているかもしれません。子どもの健全な成長のため、地域での見守りにご理解、ご協力をお願いします。

問合せ 児童相談所 ☎275-2871
各区保育児童課
葵 ☎221-1096
駿河 ☎287-8675
清水 ☎354-2429

児童虐待とは…

身体的虐待

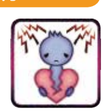
子どもの身体に外傷(打撲・あざ・火傷など)が生じる、または生じるおそれのある暴行を加えることです。

性的虐待

子どもにわいせつな行為をする、またはさせることです。

心理的虐待

子どもに著しい心理的外傷を与える言動を行うことです。



ネグレクト(保護の怠慢・拒否)

子どもの心身の健やかな発達を妨げるような、安全に対する重大な不注意や無関心、その他保護者としてのケアを著しく怠ることです。

虐待は、子どもの将来に 深い傷を残します

清水エスパルス
マスコット「パルちゃん」

笑顔のために… まず相談

オレンジリボンは子ども虐待防止のシンボルマークです

静岡市と清水エスパルスは、子どもの虐待のない社会をともに目指します。

「虐待があるのでは…」と感じたら、ご連絡ください

児童相談所全国共通ダイヤル
(児童相談所につながります)
☎0570-064-000

児童虐待緊急通報
(市児童相談所)
☎254-0545

特撰まぐろオリーブ油漬 ファンシー・ヒラ３号缶

株式会社 由比缶詰所　問合せ:0120-272548

びん長まぐろを、オリーブ油で調味したツナ缶詰です。製造から半年の熟成で油と魚肉が馴染み、風味豊かな仕上がりです。様々な料理はもちろん、そのままでも十分美味しいので、備蓄品としてもご利用頂けます。

駿河煮（まぐろ野菜煮）

駒越食品株式会社
問合せ:334-2277

きはだまぐろと大豆・コンブ・しいたけを醤油で味付けした風味豊かな惣菜缶詰です。そのままおかずやおつまみにも最適ですし、災害時にはかかせない「炊き出しのおにぎり」にも抜群の相性です。

チキンとタイカレーレッド

いなば食品株式会社　問合せ:0120-178390

そのままでも本格的な味が楽しめる商品です。いなばのタイカレーシリーズの中では辛味が弱く、ご飯等がない状況でもおいしく食べることができます。もちろんご飯や、乾パンなど他の非常食にもよく合います。

美味しい鯖味噌煮

伊藤食品株式会社　問合せ:0120-412738

「美味しい鯖味噌煮」は名前の通り、缶詰とは思えないほどの脂の乗ったおいしい三陸鯖を使用した商品。津軽味噌でじっくり煮込んで甘辛く仕上げました。賞味期限設定は3年。災害時も手軽にご利用いただけます。

おいしい 防災面から見た 缶詰ストック のすすめ

缶詰は、災害時にも強〜い味方です。
清水区には多くの缶詰製造販売会社があります。
いざという時の為に備えておきたい
「そのまま食べてもおいしい自慢の一品」を
ご紹介してもらいました。
これもひとつの「地産地消」ですね!

清水区 SHIMIZU

ホワイトミートフレーク

興津食品株式会社　問合せ:369-1146

ツナ缶の原料に最も適するといわれる「びん長マグロ」を贅沢に使用したお子様にも大人気の缶詰です。非常時にも手で簡単に開くことができますし、食べなれているツナなら「ほっ」とさせてくれるでしょう。

やきとり　たれ味

ホテイフーズコーポレーション　問合せ:0120-165616

発売以来40年以上も愛されている「ホテイのやきとり」。鶏肉の脂肪は、体温でも溶けやすく、カンパンとの相性も抜群で備蓄食に最適です。さらに賞味期限は3年と長期の常温保存が可能です。

ここがポイント！

防災用としての缶詰

1. 缶切りがいらないプルトップのものを選ぶ
2. 保存期間を確認し、なるべく長いものを選ぶ
3. 偏らないようにバランスよく多種類を揃える

問合せ　清水区役所 地域総務課　☎354-2028

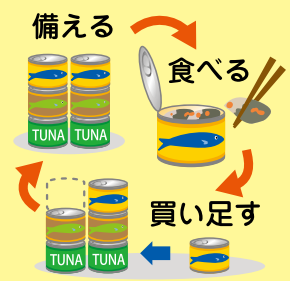
さんまで健康蒲焼 カク5A

はごろもフーズ株式会社
問合せ:0120-123620

いつでも簡単に開けられるイージーオープン法を採用しています。賞味期間は3年です。黒糖、利尻昆布だしを使用した旨味だれでさっぱりした味に仕上げています。普段の食材として使いながら、もしもの時に備える備蓄方法（ローリングストック法）に最適な商品です。

食べながら備える『ローリングストック法』をご存知ですか?

東日本大震災の時、「備蓄しておいた缶詰などが賞味期限切れだった」ということが多々あったようです。そこでおすすめしたいのが、ローリングストック法。文字通り、ストック（備蓄）をローリング（回転）することをいいます。備蓄した食品を定期的に消費し、食べた分だけ買い足していきます。ふだん食べている缶詰なら万が一の時もおいしく食べられるので安心ですよね!



イキイキ 区民紹介 その5

フェルケール博物館
鳴海 恵利子さん

清水区を支える「かんづめ」

昭和4年、県の技術者がわが国で初めてまぐろ油漬缶詰製造に成功し、清水を支える産業のひとつにまで大きく成長しました。清水港から輸出される製品の中心を占めただけでなく、わが国の輸出貿易をバックアップし、その拡大に大きな役割を果たしてきました。フェルケール博物館には、その歴史を垣間見ることができる清水食品株式会社の創立当時の本社社屋がいまでも残されています。

次回1月15日号は 駿河区 SURUGA のイキイキ区民にバトンタッチします

くらしの情報

～事故原因を知り、快適な生活を送るために～

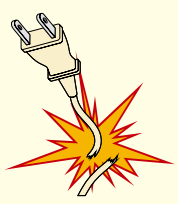
製品事故に気をつけよう

もうすぐ冬。こたつや電気カーペット、ストーブの出番がやってきます。そこで気を付けたいのが製品事故。冬の製品事故は思わぬ大事故を引き起こします。注意点、正しい使用方法を知り、製品事故を防ぎましょう。

問合せ
消費生活センター
☎221-1054

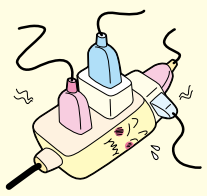
こんなときに起こります!! 種別事故原因を徹底解明

★1 プラグ・コードの断線 出火 やけど



プラグやコードが断線しているとやけどや出火の原因となります。今季初めて使用する際に、プラグやコードのねじれを確かめましょう。使用中に異音や焦げ臭いにおいがしたときは、使用を中止しましょう。

★2 延長コード・たこあし配線 出火



延長コードを使用するときは、たこあし配線になっていないか確認しましょう。延長コードの定格容量を超えて使用すると、火災のおそれがあります。

※長期間、プラグを差し込んだままにしておくと、ほこりが水分を含みトラッキング現象を引き起こし、火災の原因となることがあります。

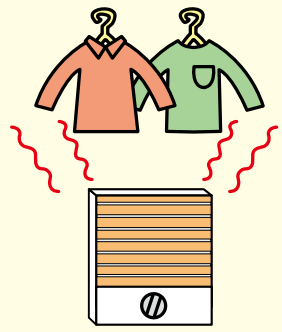
★3 石油ファンヒーター 出火

給油時にカートリッジタンクの口金の締め方が不完全であったり、消火せず給油したため異常燃焼して火災にいたる事例があります。

※可燃性ガスのスプレー缶をそばにおいていたために、缶が過熱され破裂し、火災にいたった事例があります。

★4 ハロゲンヒーター 出火

ハロゲンヒーターは製品の欠陥による事故が多く、リコールも多数出ています。リコール情報については、国民生活センターや消費者庁のホームページなどに掲載されていますので、リコールの対象製品でないかチェックしましょう。対象製品でなくても、安全や品質上疑問があれば使用を中止し、コンセントから電源プラグを抜いて、販売店やメーカーに連絡しましょう。



※洗濯物などを器具の上に吊るして乾燥させたり、ふとんやカーテン、新聞など引火のおそれのある可燃物の近くでの使用はやめましょう。

★5 湯たんぽ・電気あんか やけど

比較的低い温度（44℃～50℃）でも長時間使用すると「低温やけど」を負います。タオルや専用のカバーなどで包んでも低温やけどになることがあります。就寝前にふとんのなかに入れて、温まったら湯たんぽはふとんから出し、電気あんかはスイッチを切りましょう。

★暖房器具の危険性を認識しよう

暖房器具は、火災ややけどの危険があります。乳幼児のいる家庭では、さらに注意が必要です。子どもの手の届くところに暖房器具を設置しない、いたずらしないように防護柵を設置するなど、安全策を施しましょう。

事故を防ごう!! 6つのポイント

□事前の確認

①購入する際、販売員などに安全に使用をする注意点をよく確認しましょう。

②取扱説明書の使用上の注意、警告表示などをよく読んでから使いましょう。

□使用時の注意

③長期間使用している製品については点検をしましょう。

④子供や高齢者が使用する時には特に注意しましょう。

⑤適切な使用方法、使用環境に留意して事故が起こらないよう細心の注意をはらいましょう。

□日頃の情報収集

⑥製品事故に関する記事やリコール情報を国民生活センターのホームページなどでチェックしましょう。

疑問に思うこと、分からないことがあれば、消費生活センターへお問合せください。

Q&A 光回線の契約時に注意しましょう

Q 光回線にすると電話やインターネットの料金が安くなると勧誘を受けますが、どのような点に注意したらよいでしょうか。

A 訪問、電話による勧誘トラブルが増えています。「安くなる」「おトク」「無料」という言葉をうのみにしてはいけません。光回線の契約は、プランによって契約内容や料金体系が異なります。契約期間、無料期間、解約金がかかるかなどをよく確認しておきましょう。

●契約は口頭でも成立します。電気通信サービス契約にクーリング・オフは適用されません。あいまいな返事をせず、契約の意思がなければ、きっぱり断ることが肝心です。

●光回線は契約内容が複雑で、一度の説明で理解することが難しいため、その場ですぐ契約せず、詳しい説明を求めましょう。パンフレットなどで契約内容を確認し、家族、知人に相談してから決めるよう心掛けましょう。回線工事前や販売方法に問題がある場合は、契約を解除できることもあります。お困りの時には消費生活センターにご相談ください。

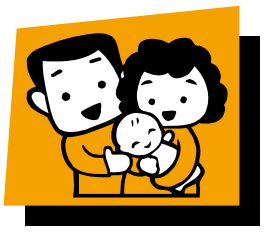
生活用品活用バンク

消費生活センター内 ☎221-1278
（受付時間：午前9時～正午・午後1時～4時）

◇ 9月の成立件数は91件でした。
◎すべて無料です。
◎登録品紹介後のトラブルは、当事者間の責任で解決してください。
◎下の表は10月10日現在の登録状況です。

ゆずります（一例）	品目	ゆずってください（一例）
和たんす、安楽いす、食器戸棚、姿見、介護ベッド、マットレス（ベッド用）、冷蔵庫、フードプロセッサー、食器乾燥機、ミキサー、ホットプレート、照明器具、テレビ（ブラウン管）、座卓	家具 家電	整理たんす、座いす、籐のいす、アイロン、二段ベッド、ソファ、電子レンジ、DVDレコーダー、エアコン、衣類乾燥機、扇風機、電気スタンド、ビデオデッキ、餅つき機、炊飯器
歩行器、哺乳びん消毒器、ベビー布団一式、ベビーラック、バスチェア、授乳クッション、ベビーバス、木馬、スキャナー、本棚（スライド式）、女子制服（静岡南中・竜爪中・豊田中）	ベビー用品 文具 制服	ベビーカー（A型･B型）、クーハン、バンボチェア、ベビーベッド、三輪車、鯉のぼり、双眼鏡、ワープロ、イーゼル、図鑑、女子制服（清水南高・清水南中）、園服（若杉・船原・日本平）
ハーモニカ、電子ピアノ、リコーダー、アルトリコーダー、鍵盤ハーモニカ、電子オルガン	軽車両 レジャースポーツ 楽器	自転車（大人用・子ども用）、シルバーカー、デジタルカメラ、百人一首、碁盤と碁石、ピアノ、バイオリン、キーボード、大正琴、柔道着、スノーボード（子ども用）、剣道防具一式（小学生用）、鼓
工業ミシン、杵と臼、セイロ、マッサージ機、クリスマスツリー、お茶缶、衣装缶、さき織り機、かめ（梅干し用）、炭、薪、バッグと草履（成人式用）、漬物用重石、簡易印刷機、ボディブレード、レザークラフトの道具	日用雑貨	ファンヒーター（石油･ガス）、ミシン（各種）、スチール棚、カラーボックス、人台、火鉢、精米機、水槽、なた、毛糸、茶箱、綿繰り機、健康器具（ぶら下がり・ルームランナー）、石うす

申込時の必要事項…催事名、住所、全員の氏名(ふりがな)、電話番号、返信用あて名(往復ハガキの場合)を必ず記載してください



健康ひろば

●お住まいの区にかかわらず、全ての講座に参加できます。
●いずれも原則として無料・申込順。問合先に電話予約を。

タイトル～内容～	と　き	対象(申込日)	ところ(問合せ)
離乳食の作り方教室	12月① 2 日㈪ ② 9 日㈪ ③16日㈪ 13:30～16:00	①③4～6か月②7か月以降の乳児の保育者各25人 (11月12日㈫～)	清水保健福祉センター (清水健康支援課☎348-7981)
	12月 5 日㈭ 9:30～11:30	4～6か月の乳児の保育者15人 (11月12日㈫～)	蒲原保健福祉センター (清水健康支援課☎348-7981)
	12月① 5 日㈭ ②12日㈭ 13:30～15:30	①7か月以降②4～6か月の乳児の保育者各20人(11月12日㈫～)	①北部保健福祉センター ②城東保健福祉センター (葵健康支援課☎249-3196)
	12月① 6 日㈮ ② 9 日㈪ ③11日㈬ 13:30～15:30	①②4～6か月③7か月以降の乳児の保育者各20人 (11月12日㈫～)	①③南部保健福祉センター ②長田保健福祉センター (駿河健康支援課☎285-8377)
2歳児 歯の教室 ～仕上げ磨きやむし歯予防について楽しく学ぶ～	12月① 3 日㈫ ② 9 日㈪ ③④16日㈪ ⑤18日㈬ ⑥19日㈭ ⑦25日㈬ 9:30～10:15 10:45～11:30 (どちらの時間帯も同じ内容)	2～2歳3か月の幼児と保育者各15組 (11月11日㈪～)	②北部保健福祉センター ③東部保健福祉センター ⑦城東保健福祉センター (葵健康支援課☎249-3196)
			①長田保健福祉センター ⑤南部保健福祉センター ⑥大里保健福祉センター (駿河健康支援課☎285-8377)
			④清水保健福祉センター (清水健康支援課☎348-7981)
おなかまわりスッキリ運動教室(各全6回) ～内臓脂肪燃焼のための運動を学ぼう～	12月11日㈬～ 9:30～11:30	昨年度または今年度健康診査を受けた64歳以下の人各10人 (11月11日㈪～)	南部保健福祉センター (☎285-8111)
	12月13日㈮～ 13:30～15:30		大里保健福祉センター (☎288-1111)
	12月19日㈭～ 13:30～15:30		藁科保健福祉センター (☎277-6712)
	12月20日㈮～ 9:30～11:30		蒲原保健福祉センター (☎385-5670)
	12月24日㈫～ 9:30～11:30		城東保健福祉センター (☎249-3180)
	12月25日㈬～ 9:30～11:30		東部保健福祉センター (☎261-3311)
両親教室 ～はじめてのパパ・ママへ～	12月① 7 日㈯ ②14日㈯ 9:30～12:00	妊娠35週までの初めて親になる夫婦各25組 (11月12日㈫～)	①南部保健福祉センター ②城東保健福祉センター (市コールセンター☎200-4894)
フレッシュマタニティ教室(各全3回) ～妊婦体操・交流会・お産の経過など～	12月13日㈮ 20日㈮ 1月17日㈮ 9:15～11:30	妊娠16～32週までの初産の妊婦各25人 (11月11日㈪～)	藁科保健福祉センター (☎277-6712)
	12月12日㈭ 19日㈭ 13:15～15:30 1月16日㈭ 9:15～11:30		南部保健福祉センター (☎285-8111)
プレママ育児講座 ～小児科医が語る生まれる前からの子育て準備～	12月 5 日㈭ 13:30～15:00	初産の妊婦25人 (11月11日㈪～)	長田保健福祉センター (☎259-5112)
おやこ食育教室	12月12日㈭ 9:30 ～11:30	初めて参加の2～3歳の幼児と保育者12組 (11月13日㈬～)	南部保健福祉センター (駿河健康支援課☎285-8377)
メタボさよなら クッキング ～コレステロールを気にしよう～	12月13日㈮ 10:00 ～14:00	コレステロールが気になる74歳以下の人またはその家族20人 (11月13日㈬～)	城東保健福祉センター (葵健康支援課☎249-3196)

生涯学習センター・生涯学習交流館の催し

清　水　区

江尻生涯学習交流館 ☎367-3321
〒424-0812 小芝町3-35

●秋のクラシック&シャンソンコンサート
とき：11月22日㈮、午後7時～9時
演目：愛の讃歌、3つのプレリュード ほか
対象：どなたでも80人(無料)
申込み：11月11日㈪、午前9時～、電話で江尻生涯学習交流館へどうぞ(申込順)

浜田生涯学習交流館 ☎351-3030
〒424-0834 浜田町4-4

●サンタクロースのエコパン作り
とき：12月14日㈯、午後1時30分～4時
内容：環境に配慮した調理方法で、サンタクロースの顔をパンで作る
対象：小学生16人　**会費**：500円
申込み：12月5日㈭(必着)までに、往復ハガキに上記必要事項と学年を書き、浜田生涯学習交流館へどうぞ(多数抽選)

岡生涯学習交流館(仮事務所) ☎354-1350
〒424-8701 市役所清水庁舎3階

●歴史講座 清水と水
とき：12月7日㈯、午前10時～正午
内容：清水の地名と水の歴史を考える
ところ：清水ふれあいホール(清水庁舎3階)
対象：どなたでも80人　**会費**：100円
申込み：11月11日㈪、午前9時～、電話で岡生涯学習交流館仮事務所へどうぞ(申込順)

入江生涯学習交流館 ☎363-2802
〒424-0831 入江三丁目8-12

●影絵劇団「いちばん星」がやってくる!
とき：12月7日㈯、午前10時～11時
対象：どなたでも80人(無料)
申込み：11月12日㈫、午前9時～、電話で入江生涯学習交流館へどうぞ(申込順)

船越生涯学習交流館 ☎351-3121
〒424-0866 船越三丁目12-74

●船越文化祭
とき：11月24日㈰、午前9時～午後3時
内容：利用団体による学習成果発表や地区の各種団体による模擬店など

●エコ・クッキングでにぎやかパーティー
とき：12月6日㈮、午前10時～午後1時
内容：環境を考えた調理法でパーティー料理を作る
対象：成人16人　**会費**：1,000円
申込み：11月11日㈪、午前9時～、電話か直接、船越生涯学習交流館へどうぞ(申込順)

●オカリナクリスマスコンサート
とき：12月11日㈬、午前10時～11時30分
対象：どなたでも50人(無料)
申込み：11月12日㈫、午前9時～、電話で船越生涯学習交流館へどうぞ(申込順)

辻生涯学習交流館 ☎364-0234
〒424-0807 宮代町5-75

●初心者絵手紙教室 ～年賀状づくり～
とき：11月20日㈬、27日㈬の午前10時～正午(全2回)
対象：どなたでも16人　**会費**：500円
申込み：11月13日㈬、午前9時～、電話で辻生涯学習交流館へどうぞ(申込順)

●ミニ干支凧づくり
とき：12月3日㈫、午前9時30分～11時30分
内容：各地の凧の紹介や飾り用干支凧づくり
対象：どなたでも20人　**会費**：500円
申込み：11月18日㈪、午前9時～、電話で辻生涯学習交流館へどうぞ(申込順)

飯田生涯学習交流館 ☎364-0911
〒424-0012 下野西3-19

●発声から学ぶ熱唱歌謡曲入門
とき：12月11日㈬、18日㈬、25日㈬の午後1時30分～3時30分(全3回)
対象：成人15人　**会費**：1,000円
申込み：11月25日㈪(必着)までに、往復ハガキに上記必要事項を書き、飯田生涯学習交流館へどうぞ(多数抽選)

清水生涯学習交流館 ☎352-7755
〒424-0921 松井町7-22

●基礎から学ぶ年賀状版画
とき：11月29日㈮、12月6日㈮、13日㈮の午後1時30分～3時30分(全3回)
内容：来年の干支などの木版画年賀状作り
対象：どなたでも20人　**会費**：1,000円
申込み：11月15日㈮、午前9時～、電話で清水生涯学習交流館へどうぞ(申込順)

●美味しいキムチを作ろう!
とき：12月5日㈭の午前9時～正午、6日㈮の午前9時30分～11時30分(全2回)
対象：成人15人(初心者優先・男性歓迎)
会費：1,000円
申込み：11月20日㈬(必着)までに、往復ハガキに上記必要事項を書き、清水生涯学習交流館へどうぞ(1枚1人・多数抽選)

不二見生涯学習交流館 ☎335-6211
〒424-0926 村松534-2

申込み：11月16日㈯(必着)までに、往復ハガキに上記必要事項を書き、不二見生涯学習交流館へどうぞ(多数抽選)

●初心者のためのスマホ入門活用講座
とき：12月3日㈫、10日㈫、17日㈫の午前10時～正午(全3回)
対象：文字入力ができる人12人　※初期設定されたスマートフォンを持参できる人
会費：900円

●おもてなしの心を包むラッピング
とき：12月6日㈮、午前9時30分～11時30分
内容：物を美しく包む方法を学ぶ
対象：どなたでも16人　**会費**：1,500円

折戸生涯学習交流館 ☎335-6470
〒424-0902 折戸四丁目8-60

●お正月を彩るミニ門松作り
とき：12月21日㈯、午前10時～正午
対象：どなたでも16人
会費：1,000円
申込み：11月29日㈮(必着)までに、往復ハガキに上記必要事項を書き、折戸生涯学習交流館へどうぞ(多数抽選)

有度生涯学習交流館 ☎345-4886
〒424-0884 草薙一里山3-1

●型染めで年賀状
とき:11月29日㈮、30日㈯の午前9時30分～11時30分(全2回)
対象：どなたでも14人　**会費**：1,000円
申込み：11月15日㈮(必着)までに、往復ハガキに上記必要事項と性別、年齢を書き、有度生涯学習交流館へどうぞ(多数抽選)

●パパと年越し 猫の手も貸し隊
とき：12月7日㈯、21日㈯の午前9時30分～11時30分(全2回)
内容：簡単なおせち料理や門松を作る
対象:小学生と父親12組　**会費**:1組1,500円
申込み：11月13日㈬、午前9時～、電話で有度生涯学習交流館へどうぞ(申込順)

駒越生涯学習交流館 ☎335-6171
〒424-0913 迎山町1-7

●クリスマスを飾るリース作り
とき：12月7日㈯、午前9時30分～11時30分
対象：小学生16人　**会費**：700円
申込み：11月26日㈫(必着)までに、往復ハガキに上記必要事項を書き、駒越生涯学習交流館へどうぞ(多数抽選)

●冬の映画会
とき：12月14日㈯、午前10時～11時40分
ところ：清水南部交流センター(駒越南町)
演目：スノーマン、注文の多い料理店 ほか
対象：4歳～小学生50人(無料)
※2年生以下保護者同伴
申込み：11月12日㈫、午前9時～、電話か直接、駒越生涯学習交流館へどうぞ(申込順)

三保生涯学習交流館 ☎334-2230
〒424-0901 三保1074-8

●イタリアンなクリスマスディナー
とき：12月4日㈬、午前9時30分～午後0時30分
内容:新鮮な魚を使ったイタリア風料理を学ぶ
対象：成人16人　**会費**：1,000円
申込み：11月20日㈬までに、電話か直接、三保生涯学習交流館へどうぞ(多数抽選)

ふじさんっこ応援フェスタ　子育て情報満載のブースや工作、ステージなど親子で楽しめるイベント。　**とき**：11月22日㈮、午前10時～午後3時　**ところ**：グランシップ　**問合せ**：県こども未来課(☎221-3546)

申込時の必要事項…催事名、住所、全員の氏名(ふりがな)、電話番号、返信用あて名(往復ハガキの場合)を必ず記載してください

興津生涯学習交流館 ☎369-1111
〒424-0205 興津本町829

●和田島少年自然の家で体験・探検・感激
とき:11月23日㈷、午前9時～午後9時
※小雨決行。興津生涯学習交流館集合・解散
内容:料理、工作、天体望遠鏡を使った星空の天体観測など
対象:小学生と保護者40人　**会費**:1人800円
申込み:11月11日㈪、午前10時～、電話か直接、興津生涯学習交流館へどうぞ(申込順)

●親子で作るお手軽クリスマスケーキ
とき:12月7日㈯、午前10時～正午
内容:添加物ゼロのオリジナルケーキ作り
対象:小学生以上の子と保護者8組
会費:1組1,200円
申込み:11月15日㈮(必着)までに、往復ハガキに上記必要事項を書き、興津生涯学習交流館へどうぞ(多数抽選)

小島生涯学習交流館 ☎393-2053
〒424-0303 但沼町303

●小島の手打ちそば作り教室
とき:11月30日㈯、午前9時～11時
対象:中学生以上16人　**会費**:700円
申込み:11月13日㈬、午前9時～、電話で小島生涯学習交流館へどうぞ(申込順)

●灰汁(あく)まで本物！こだわり蒟蒻(こんにゃく)作り
とき:12月7日㈯、午前9時30分～11時30分
対象:どなたでも18人　**会費**:350円
申込み:11月18日㈪(必着)までに、往復ハガキに上記必要事項を書き、小島生涯学習交流館へどうぞ(多数抽選)

両河内生涯学習交流館 ☎395-2311
〒424-0403 和田島855-3

●両河内の山坂を歩こう ～砂子山編～
とき:12月8日㈰、午前8時～午後3時
※雨天中止
※両河内生涯学習交流館集合・解散
内容:田代峠から砂子山、徳間峠を歩く
対象:成人20人　**会費**:100円
申込み:11月11日㈪、午前9時～、電話で両河内生涯学習交流館へどうぞ(申込順)

蒲原生涯学習交流館 ☎385-4331
〒421-3211 蒲原新田一丁目21-1

●ドライフラワーアレンジ教室
とき:11月30日㈯、午前10時～正午
対象:どなたでも25人　**会費**:2,000円
申込み:11月11日㈪、午前9時～、電話か直接、蒲原生涯学習交流館へどうぞ(申込順)

●ドーム型クリスマスケーキ作り
とき:12月14日㈯、午後1時30分～4時
対象:成人16人　**会費**:1,200円
申込み:11月20日㈬、午前9時～、電話か直接、蒲原生涯学習交流館へどうぞ(申込順)

由比生涯学習交流館 ☎376-0511
〒421-3104 由比北田457-1

●オモニの家庭料理とおはなし
とき:11月30日㈯、12月7日㈯の午前9時30分～11時30分(12月7日は午後0時30分まで・全2回)
内容:韓国人講師から文化や家庭料理を学ぶ
対象:どなたでも24人　**会費**:1,000円
申込み:11月20日㈬(必着)までに、往復ハガキに上記必要事項を書き、由比生涯学習交流館へどうぞ(多数抽選)

駿河区

南部生涯学習センター ☎281-2184
〒422-8074 南八幡町25-21

●欧風アレンジメントで花咲くクリスマス
とき:12月13日㈮、20日㈮の午前10時～正午(全2回)　**内容**:フラワーアレンジメント作り
対象:どなたでも16人　**会費**:3,000円
申込み:11月22日㈮(必着)までに、往復ハガキに上記必要事項を書き、南部生涯学習センターへどうぞ(1枚1人・多数抽選)

長田生涯学習センター ☎257-0780
〒421-0137 寺田131-1

●冬のこどもあそび教室
とき:12月3日～来年3月18日のおおむね毎週火曜日、①午前9時45分～10時30分②午前10時45分～11時30分(各全12回)
内容:親子で楽しむリズム遊びやリトミック
対象:2～3歳児と保護者各30組(年齢は申込日現在)　**会費**:1組3,200円
申込み:11月26日㈫、午前10時～10時15分に会費を持って、直接長田生涯学習センターへどうぞ(多数抽選)

●親子で楽しむクリスマス料理
とき:12月7日㈯、午前10時～午後1時
対象:小学生と保護者9組18人
会費:1組1,000円　**申込み**:11月23日㈷(必着)までに、往復ハガキに上記必要事項を書き、長田生涯学習センターへ(1枚1組・多数抽選)
※ホームページからも申込みできます。

大里生涯学習センター ☎283-1698
〒422-8051 中野新田57-5

●子育て講座 知りたい！思春期未満
とき:11月27日㈬、午前10時～午後0時30分
対象:どなたでも60人(無料)
申込み:11月13日㈬、午前10時～、電話で大里生涯学習センターへどうぞ(申込順)

●年越し！大掃除とおせち料理作り
とき:12月3日㈫、10日㈫の午前10時～正午(10日は午後0時30分まで・全2回)
内容:台所の掃除方法やおせち料理の作り方
対象:どなたでも20人　**会費**:700円
申込み:11月12日㈫、午後1時30分～、電話で大里生涯学習センターへどうぞ(申込順)

●駿河凧づくり
とき:12月7日㈯、午前10時～正午
内容:駿河凧の歴史を学び、実際に制作する
対象:成人20人　**会費**:500円
申込み:11月12日㈫、午前10時～、電話で大里生涯学習センターへどうぞ(申込順)

●大里から美術館へ！歴史散策と慶喜展
とき:12月12日㈭、午前9時～午後3時
※小雨決行・荒天中止
※大里生涯学習センター集合・静岡市美術館(葵区紺屋町)解散
対象:成人20人(無料)
※美術館観覧料・寺院拝観料等別途
申込み:11月14日㈭、午前10時～、電話で大里生涯学習センターへどうぞ(申込順)

葵区

美和分館(アカデ美和) ☎296-7122
〒421-2113 安倍口団地5-1

●星空探検 ～秋の星座めぐり～
とき:11月30日㈯、午後7時～9時
※曇天・雨天予報時は12月7日㈯に延期
内容:アイソン彗星やギリシャ神話の講義と屋外での天体観測　**対象**:どなたでも30人(無料)　※小学生以下は保護者同伴
申込み:11月16日㈯、午後1時～、電話で美和分館へどうぞ(申込順)

●陶芸体験 ～美和焼でお皿を作ろう～
とき:12月5日㈭、12日㈭、来年1月9日㈭の午前9時30分～11時30分(全3回)
対象:成人20人　**会費**:2,000円
申込み:11月14日㈭、午前10時～、電話で美和分館へどうぞ(申込順)

●おいしさ発見！美和の食卓
とき:12月7日㈯、14日㈯の午前9時30分～午後1時(全2回)
内容:地元食材を使ったおせちなどの作り方
対象:どなたでも15人　**会費**:1,000円
申込み:11月23日㈷(必着)までに、往復ハガキに上記必要事項を書き、美和分館へどうぞ(1枚2人まで・多数抽選)
※ホームページからも申込みできます。

西部生涯学習センター ☎255-3960
〒420-0068 田町三丁目46-5

●土とふれあう西部ちびっこ遊び隊 ～冬～
とき:12月1日㈰、午前10時～正午
内容:大根を収穫し、煮た大根を味わう
対象:4～6歳の未就学児と保護者30人
会費:1人150円
申込み:11月10日㈰、午後1時～、電話で西部生涯学習センターへどうぞ(申込順)

●親子で楽しむクリスマス
とき:12月6日㈮、午前10時～正午
内容:親子で工作とリトミックを楽しむ
対象:幼児と保護者30人　**会費**:1人100円
申込み:11月15日㈮、午前10時～、電話で西部生涯学習センターへどうぞ(申込順)

東部生涯学習センター ☎263-0338
〒420-0803 千代田七丁目8-15

●アロマストレッチ&南アルプスダンス
とき:11月30日㈯、午後2時～4時
対象:どなたでも25人　**会費**:100円
申込み:11月16日㈯、午後1時～、電話で東部生涯学習センターへどうぞ(申込順)

●伽藍座長のサイエンスショー
とき:12月8日㈰、午後1時30分～3時30分
対象:小学生50人(無料)
申込み:11月17日㈰、午後1時30分～、電話で東部生涯学習センターへどうぞ(申込順)

●慌てる前の対応策 ～子どもの救急医療～
とき:12月11日㈬、午前10時～11時30分
対象:小学校低学年までの子の保護者20人(無料)　**申込み**:11月13日㈬、午前10時～、電話で東部生涯学習センターへ(申込順)

●東部コンドルズ祭り！
人気ダンスカンパニー“コンドルズ”の指導で、ダンスチームと舞台美術チームが力をあわせ、ダンスの舞台を作り上げます。
とき:12月21日㈯、22日㈰の午前10時～午後4時(全2回)　※22日は発表会あり
対象:小学1年～中学3年生①ダンス②舞台美術 各20人　**会費**:500円
申込み:12月3日㈫(必着)までに、往復ハガキに上記必要事項と学年、①②の別を書き、東部生涯学習センターへどうぞ(多数抽選)

西奈生涯学習センター ☎265-2468
〒420-0911 瀬名二丁目32-43

●にしな文化祭
とき:11月16日㈯、17日㈰、午前10時～午後4時　**内容**:利用団体による演奏やダンスの披露、美術作品の展示など
※一部体験は有料・先着順

●長尾川自然観察ウオーク
とき:11月30日㈯、午前9時30分～午後0時30分　※荒天時は室内講義
※西奈生涯学習センター集合・解散
対象:成人15人　**会費**:300円
申込み:11月10日㈰、午前10時～、電話で西奈生涯学習センターへどうぞ(申込順)

葵生涯学習センター ☎246-6191
〒420-0865 東草深町3-18(アイセル21)

●親子で作ろう！楽器&ダンス
楽器づくりと創作ダンス発表に挑戦しよう。
とき:11月30日㈯、午前10時～正午
対象:小学校低学年までの子と保護者10組(無料)　**申込み**:11月10日㈰、午前10時～、電話で葵生涯学習センターへ(申込順)

●親子で肉まんあんまんづくり
とき:12月1日㈰、午前10時～午後1時
対象:小学4～6年生と保護者12組
会費:1組500円
申込み:11月17日㈰(必着)までに、往復ハガキに上記必要事項と子の学年を書き、葵生涯学習センターへどうぞ(1枚1組・多数抽選)
※ホームページからも申込みできます。

北部生涯学習センター ☎271-5111
〒420-0871 昭府二丁目14-1

申込み:11月17日㈰(必着)までに、往復ハガキに上記必要事項を書き、北部生涯学習センターへどうぞ(多数抽選)
※ホームページからも申込みできます。

●親子で作るクリスマス料理

とき:12月①1日㈰②8日㈰、午前10時～午後1時
対象:小学生と保護者各9組18人
会費:1組1,200円
※ハガキには子の学年と①②の別も記入

●パッチワークで正月飾りをつくろう
とき:12月5日㈭、12日㈭、19日㈭の午後1時30分～3時30分(全3回)
内容:小さな布を縫い合わせてつるし飾りを作る　**対象**:成人20人　**会費**:1,500円
※ハガキは1枚1人

藁科生涯学習センター ☎278-4141
〒421-1217 羽鳥本町5-9

●クリスマスコンサート in わらしな
とき:12月8日㈰、午後1時30分～3時
出演:静岡県オーケストラスクール
対象:どなたでも100人(無料)
申込み:11月10日㈰、午後1時30分～、電話で藁科生涯学習センターへどうぞ(申込順)

●山里の味と暮らし ～水見色～
とき:12月12日㈭、19日㈭の午前10時～正午(19日は午後1時まで・全2回)
内容:水見色の民話や伝説を学び、地場産品を使った料理を作る
対象:どなたでも16人　**会費**:1,000円
申込み:11月14日㈭、午前10時～、電話で藁科生涯学習センターへどうぞ(申込順)

駿府楽市
JR静岡駅アスティ静岡内
●11月13日㈬～24日㈰
▶楽しい木工品展

東海道歴史街道2峠6宿
蒲原宿場まつり&産業フェア
11/17㈰　10:00～15:00
旧東海道蒲原宿内(JR新蒲原駅下車)で、恒例の秋のイベントを開催します。

内容:駿河裂織展、木屋江戸資料館「黒船が来たぞ」、蒲原古代塗展、クラフト展、蒲原太鼓演奏、地場産品販売、中学生街道時代劇など

◆宵まつり
11/16㈯
16:00～20:00
内容:宵待ちギャラリー、宵まつりコンサート、津軽三味線の演奏、古代塗り行灯の展示

蒲原宿場まつり&産業フェア実行委員会(蒲原商工会内☎385-3185)

家事家計講習会　**とき**:11月①21日㈭②23日㈷、午前10時～正午　**ところ**:①静岡友の家(葵区長沼)②来・て・こ(駿河区小鹿二丁目)　**定員**:①80人②60人　**会費**:350円　**問合せ**:申込方法などは、静岡友の家(☎263-8646)へ

申込時の必要事項…催事名、住所、全員の氏名(ふりがな)、電話番号、返信用あて名(往復ハガキの場合)を必ず記載してください

静岡科学館 る・く・る

駿河区南町・エスパティオ8階～10階
☎284-6960・http://www.rukuru.jp
入館料：500円(中学生以下など無料)

◆予約のいらないイベント

対象：どなたでも(無料・要入館料)
※当日、直接会場へどうぞ

<テーブルサイエンス>
とき：11月10日㈰、23日㈷、正午、午後1時、2時、3時(各回20分程度)
内容：そそいだ水が一瞬で氷に変わる？水のふしぎをのぞいてみよう!

<サイエンス玉手箱 飛べ！紙コップUFO>
とき：11月16日㈯、午後1時30分～3時30分
内容：紙コップに羽をつけたUFOを作って、竹トンボのように飛ばして遊ぼう

<わくわく科学工作>
とき：11月17日㈰、午後1時～3時30分
テーマ：レンズ&ピンホール！よくばり箱カメラ

<高等学校生徒理科研究発表会 県大会>
とき：11月17日㈰、午前10時～午後2時45分
内容：県内の自然科学系の部活動を行っている高校生による研究発表会
※16日㈯、17日㈰は教員、学生は入館料免除(要身分証等提示)
※11月16日㈯の正午～午後4時30分、17日㈰の午前9時30分～午後3時45分、ポスター展示もあります。

<県中学生創造ものづくり教育フェア>
県内中学生が、ロボット、木工の2部門で技を競うものづくりの大会です(見学自由)。
とき：11月23日㈷、午前10時～午後3時30分

<静岡県で見られる化石 ～無脊椎動物編～>
とき：11月23日㈷～12月23日㈷、午前9時30分～午後5時
内容：中生代から第四紀までの県内の大地の歴史や主な化石産地を標本とパネルで紹介

◆自然観察会「ひっつきむし」

とき：11月30日㈯、午前10時30分～正午
ところ：麻機遊水地(葵区平柳)
※現地集合・解散、雨天中止
内容：「ひっつきむし」を探し、工夫がいっぱいの植物のタネのしくみを観察する
対象：どなたでも30人　**会費**：100円
※小学生以下は保護者同伴
申込み：11月16日㈯、午前9時30分～、電話で「る・く・る」へどうぞ(申込順)

◆レッツトライ 科学実験

とき：12月15日㈰、午前10時～午後3時
テーマ：DNAの世界へようこそ～身近な材料からのDNA抽出と増幅実験～
対象：中学生以上16人(無料・要入館料)
※イベント参加の学生は入館料免除(要身分証等提示)
申込み：11月23日㈷、午前9時30分～、電話で「る・く・る」へどうぞ(申込順)

女性会館

葵区東草深町3-18・アイセル21
☎248-7330・http://aicel21.jp
申込み：各申込開始日、午前10時～、電話で女性会館へどうぞ(申込順)

◆ぴゅあ・ママカフェ

とき：12月4日㈬、午前9時30分～11時
内容：先輩ママや参加者同士でのおしゃべり
対象：子ども(未就園児)の発達が気になる母子10組(無料)
申込開始日：11月12日㈫

◆ペンギン広場 赤ちゃんといっしょ

産後ピラティスで体を動かして、リフレッシュしませんか。
とき：12月5日㈭、午前10時～11時30分
対象：2～5か月の第1子と母親10組(無料)
申込開始日：11月13日㈬

地域リハビリテーション推進センター リハ・パークしずおか

葵区城東町・城東保健福祉エリア複合棟2階
☎249-3182・FAX209-0103
申込み：11月11日㈪～、電話で「リハ・パークしずおか」へどうぞ(申込順)

◆今から始める老いの支度

とき：12月9日㈪、午後1時30分～3時30分
内容：マイライフノートを活用し、"終活"に向けた具体的な方法を学ぶ
対象：65歳以上20人(無料)

◆高次脳機能障害のリハビリテーション

とき：12月11日㈬、午後1時30分～3時30分
内容：高次脳機能障害についての評価法やリハビリテーションについて学ぶ
対象：ケアマネジャー、ヘルパー、医療・介護・福祉に従事する人40人(無料)

ふれあい健康増進館 ゆ・ら・ら

〒420-0905葵区南沼上1379-1☎263-3456
申込み：11月23日㈷(必着)までに、往復ハガキに上記必要事項と全員の生年月日、希望コース(あるもの)を書き、「ゆ・ら・ら」(1人1枚・多数抽選)へどうぞ
※ホームページからも申込みできます。

◆ゆ・ら・らで始めよう 水中運動

コース名(各全10回)			ときΔ(各45分)	
①	水中ウオーキング	月	12/9～	15:00～
②		水	12/4～	11:00～
③	エンジョイリズムアクア	水	12/4～	19:00～
④	シェイプアップ水中ウオーキング	金	12/6～	19:00～

対象：市内に住むか、通勤・通学する人各30人
会費：1万円

◆ゆららで遊ぼう 親子仲良しアクア

コース名(各全10回)			ときΔ(各40分)	
①	親子仲良しアクア	1・2歳 月	12/9～	11:00～
②		1・2歳 木	12/5～	11:00～
③		3・4歳 金	12/6～	15:30～

対象：市内に住むか通勤・通学する親子①②各25組50人③20組40人
会費：①②1万円③1万5,000円
※オムツが取れていない子は、指定のベビースイマー(280円)を毎回購入

◆ゆ・ら・らで始めよう フィットネス

コース名(各全10回)		ときΔ(各60分)	
①	のんびりヨガ	月	12/2～	15:00～
②	フラダンス		1/6～	19:00～
③	ピラティス	水	12/4～	11:00～
④	リンパ&リフレクソロジー			15:00～
⑤	ソフトヨガ	木	12/5～	11:00～
⑥	はじめてエアロ			15:00～
⑦	フィットネスウオーキング			15:00～
⑧	はじめてのヨガ			19:00～
⑨	ヨガ	金	12/6～	11:00～
⑩	ピラティス			15:00～
⑪	らくらくジョギング			15:00～
⑫	フラフープエクササイズ			19:00～

対象：市内に住むか通勤・通学する人各20人
※⑦⑪は15人
会費：6,000円(施設使用料別途)
※①は7,000円、⑦⑪は全5回・3,000円

◆手作りうどん教室

とき：12月8日㈰、午前10時30分～
対象：市内に住む家族20組
会費：高校生以上1,500円、3歳～中学生800円　※館内を自由に利用できます。
※ハガキに生年月日の記載不要

◆「ゆららキッズクラブ」参加者募集

とき：12月7日～来年3月15日のおおむね毎週土曜日、午前10時30分～正午(2月を除く・全10回)　**内容**：アクアエクササイズ・陸上・サッカー・体操など
対象：市内に住む小学1～3年生20人
会費：6,000円
※期間中は教室以外も施設利用できます。

こどもクリエイティブタウン ま・あ・る

〒424-0806清水区辻一丁目2-1
☎367-4320・http://maaru-ct.jp/
入館料：300円(18歳未満無料)

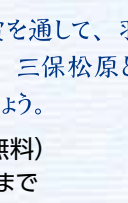
◆静岡を支えるしごと展

期間：11月14日㈭～12月10日㈫
内容：市内企業のパネル紹介など
※ほかに、市内工場の見学などの企画もあります。詳しくは、「ま・あ・る」へどうぞ

◆12月の講座 ～クリスマス特集～

申込み：11月13日㈬(必着)までに、往復ハガキに上記必要事項と学校・学年、①②の別を書き、「ま・あ・る」へどうぞ(多数抽選)

〈パティシエに挑戦！〉



クリスマスケーキをかわいくデコレーションしよう!
とき：12月1日㈰、午後①0時30分～2時②2時45分～4時15分
対象：小学生以上各24人
会費：850円

〈アイシングクッキー講座〉
クリスマスオーナメントをつくろう!
とき：12月7日㈯、午後①1時～2時30分②3時～4時30分
対象：小学生以上各24人　**会費**：550円

〈フラワーデザイナーに挑戦！〉
クリスマスリースをつくろう!
とき：12月8日㈰、①午前10時～正午②午後2時～4時
対象：小学生以上各15人　**会費**：1,000円

〈クリスマスオードブルをつくろう！〉
バーテンダーが教えてくれます!
とき：12月14日㈯、午後①1時～2時②2時30分～3時30分
対象：小学4年生以上各10人　**会費**：200円

〈クリスマスリースのストラップづくりに挑戦！〉
駿河組紐でストラップを作ろう!
とき：12月15日㈰、①午前10時～正午②午後2時～4時
対象：小学生以上各20人　**会費**：500円

入学通知書を送付します

問合せ　学事課
清水庁舎9階 ☎354-2377

来年4月に小・中学校に入学する児童(小：平成19年4月2日～20年4月1日生まれ、中：現小学6年生)の保護者に、12月中に入学通知書を送付します。12月末までに届かない場合は、学事課までご連絡ください。
●入学する学校は、児童が住んでいる学区の学校になりますが、下の要件に該当する場合は、入学する学校の変更を認める場合があります。●変更を希望する場合は、新小学1年生は、11月から事前受付をしますので、学事課までご連絡ください。新中学1年生は、11月中旬以降に学校からご連絡します。
※外国籍児童の入学は、学事課までご連絡ください。

種　別	要　件
変更可能区域	教育委員会が認める区域に住んでいる場合
転居予定	1年以内に転居が確実であり、新住所地への入学を希望する場合(許可期間は最長1年)
傷病又は心身の障害等	傷病又は、心身の障害により、指定学校への入学が困難な場合
留守家庭	児童の帰宅時に家庭が仕事で留守となり、預かり先住所地の指定学校へ入学を希望する場合(小学生のみ)
特別支援学級	特別支援学級へ入学する場合で、交通事情などにより、指定学校以外の学校への入学により、児童生徒の通学の負担が軽減される場合
兄弟姉妹	兄姉が就学している学校への入学を希望する場合(兄姉が卒業している場合を除く)
小中継続	静岡市立の小学校に指定学校を変更して就学している児童が、静岡市立の中学校に入学する際に、卒業する小学校の通学区域の中学校へ入学を希望する場合(小学校6年時の許可が、転学事由、留守家庭、兄弟姉妹、再転入の場合に限る)

羽衣づくし邦楽芸能鑑賞会

と　き　**12月1日㈰**　午後1時～4時
●静岡浅間神社拝観(午後1時～)
●邦楽による羽衣芸能(午後2時～)
●邦楽と羽衣の舞

ところ　**静岡浅間神社舞殿**(葵区宮ケ崎町 ※雨天時:浅間会館)

三保松原が富士山世界文化遺産の構成資産として登録に至った決め手のひとつに、富士山が芸術の源泉である証が羽衣伝説をめぐる芸能に表わされていることがあります。羽衣伝説は能「羽衣」となり、派生し、箏曲や琵琶などの芸能分野において現代まで語り継がれています。
これらの伝統芸能の鑑賞を通して、羽衣伝説への想いをあらたにし、三保松原とともに後世に引き継いでいきましょう。

対象：どなたでも250人(無料)
※静岡浅間神社拝観は50人まで
申込み：11月15日(金)～、電話で市コールセンター(☎200-4894・申込順)へどうぞ

問合せ　文化財課(☎221-1066)

印鑑登録証明書などの自動交付機を休止します　機械の更改作業のため、市内の住民票・印鑑登録証明書の自動交付機を休止します。　**とき**：11月16日㈯～20日㈬　**問合せ**：区政課(☎221-1480)

申込時の必要事項…催事名、住所、全員の氏名(ふりがな)、電話番号、返信用あて名(往復ハガキの場合)を必ず記載してください

清水テルサ

〒424-0823 清水区島崎町223
☎355-3111・http://terrsa.net
問合せ:申込方法など詳しくは、清水テルサへ

◆すいすいマタニティ(12月)

コース		会費	とき	
①	火曜コース(全3回)	3,750円	3日㈫～	13:00～14:00
②	金曜コース(全4回)	5,000円	6日㈮～	
③	火・金コース(全7回)	8,750円	3日㈫～	

対象:妊娠16週以上で19歳以上の女性各14人　**申込期限**:11月15日㈮

◆フィットネス講座(12月～3月)

コース(各全13回)		定員	曜日	とき	
①	太極拳(朝)	20人	日	12/8～	10:30～11:00
②	アクアエクササイズ	15人			
③	気　功	15人	火	12/10～	10:30～14:30
④	ヨ　ガ	20人			
⑤	大人から始めるジャズダンス(夜)	20人			20:00～
⑥	水中フィットネス㈬	15人	水	12/11～	13:00～14:30
⑦	ズ　ン　バ	20人			
⑧	水中フィットネス㈭	15人	木	12/12～	13:00～14:30
⑨	美からだづくり(ストレッチ&ダンス)	20人			
⑩	大人から始めるジャズダンス(朝)	15人	金	12/13～	10:30～11:00
⑪	初心者クロール	15人			
⑫	フ　ラ	20人			14:00～
⑬	4泳法入門	15人	土	12/14～	13:00～18:00
⑭	太極拳(夜)	20人			
⑮	ヒップホップ	20人			20:00～

対象:19歳以上　**会費**:7,000円
申込期限:11月15日㈮

◆日商PC検定(12月)

コース		受験料	とき	
①	3級文書作成	5,000円	14日㈯	9:00～
②	3級データ活用			10:30～
③	2級文書作成	7,000円		13:00～
④	2級データ活用		15日㈰	15:00～
⑤	basic文書作成	4,000円		17:00～
⑥	basicデータ活用			19:00～

対象:19歳以上　**申込期限**:11月30日㈯

◆三保の歴史をたずねて歩こう!

とき:12月7日㈯、午前8時30分～午後0時30分　※雨天時は8日㈰
コース:三保生涯学習交流館(集合)～御穂神社～羽衣の松～三保灯台～三保生涯学習交流館(解散)
対象:小学生以上30人
※小学生は保護者同伴　**会費**:300円
申込期限:11月30日㈯

◆健康フェスタを開催します

とき:11月23日㈷、午前9時30分～午後3時
内容:医師などによる個別健康相談、体力チェックや健康度チェック、福祉用具体験、健康ミニステージ、手作りハーブティ試飲など
※当日、直接会場へどうぞ(無料)

イベント

清水市民活動センターで市民活動FESTA(フェスタ) 2013

市民活動団体の紹介や、団体間や来場者との交流を深めるイベントです。
とき:11月10日㈰、午後1時～4時
※当日、直接会場へどうぞ(無料)。詳しくは、同センターホームページをご覧ください。
問合せ:清水市民活動センター(清水区港町二丁目☎340-1010)
担当:男女参画・市民協働推進課(☎221-1372)

静岡市認定農業者協会「秋の市」を開催します

とき:11月14日㈭、15日㈮、午前9時30分～午後3時　※販売状況等により終了時間前に終わる場合もあります。
ところ:葵スクエア(市役所静岡庁舎青葉側)
内容:市認定農業者が生産したこだわりの農産物や加工品の販売　※当日、直接会場へ
問合せ:静岡市認定農業者協会(農業政策課内☎354-2086)

アグリフェスタしみずを開催します

とき:11月24日㈰、午前9時～午後3時
ところ:清水マリンパーク(清水区港町一丁目)
内容:清水区の農林水産業の紹介、地場産品の販売、写真コンテストなど
※当日、直接会場へどうぞ
問合せ:農業政策課(☎354-2091)

第2回ぐるり☆しずおか探訪 オクシズコース

とき:12月13日㈮、午前9時30分～午後4時
※駿府城跡観光バス駐車場(旧青葉小)または市役所清水庁舎集合・解散
コース:わらびこ～清沢式村づくり～清沢神楽の見学～きよさわ里の駅～中勘助文学記念館
対象:どなたでも25人　※初めての人優先
会費:700円(きよさわ里の駅弁当代)
申込み:11月17日㈰までに、電話で市コールセンター(☎200-4894・多数抽選)へどうぞ
問合せ:広報課(☎221-1354)

ストリートフェスティバル・イン・シズオカ

さまざまなアーティストやミュージシャン、パフォーマーが、作品展示、演奏、発表する恒例イベントです。静岡のアートを満喫しよう。
とき:11月23日㈷、24日㈰、午前11時～午後8時　※24日は午後7時まで
ところ:青葉シンボルロード、ライブハウスUHU(葵区七間町)　※当日、直接会場へ
問合せ:ストリートフェスティバル・イン・シズオカ実行委員会(☎080-4228-0020)
担当:文化振興課(☎221-1044)

保育園フェアを開催します

とき:11月16日㈯、午前10時30分～午後2時30分　※小雨決行
ところ:葵スクエア(市役所静岡庁舎青葉側)
内容:保育士による歌や踊りのステージや、ブース展示で保育園での楽しい生活を紹介
※当日、直接会場へどうぞ(無料)
問合せ:保育課(☎221-1094)

登呂博物館で古代アクセサリーを作ろう!

とき:11月16日㈯、午前10時～午後3時

内　容	定員	会費
石を削って勾玉(まがたま)・管玉(くだたま)作り	30人	500円
古代の素材を使った万華鏡作り	20人	1,000円

※当日、直接会場へどうぞ(先着順)
問合せ:登呂博物館(駿河区登呂五丁目☎288-7122)

市埋蔵文化財センターで考古学なんでも体験まつり

とき:11月24日㈰、午前9時～午後4時30分
内容:勾玉・縄文ポシェット・土器の拓本作り、弓矢体験など
※当日、直接会場へどうぞ(無料)
問合せ:市埋蔵文化財センター(清水区横砂東町☎367-9436)

庭園と静岡茶を堪能しながら芸妓の踊りを鑑賞しませんか

とき:11月27日㈬、29日㈮、12月4日㈬、5日㈭、午後2時～2時30分
ところ:紅葉山庭園茶室(駿府城公園内)
定員:各40人
会費:1,000円　※入園料150円別途
問合せ:申込方法など詳しくは、静岡伝統芸能振興会事務局(静岡商工会議所内☎353-3401)へどうぞ
担当:観光・シティプロモーション課(☎354-2332)

「徳川慶喜公伝」と渋沢栄一の熱き想い

「没後100年 徳川慶喜」展関連イベント。渋沢史料館学芸員による講演会です。
とき:11月30日㈯、午後2時～3時30分
ところ:静岡市美術館
対象:どなたでも70人(無料)
申込み:11月15日㈮(必着)までに、往復ハガキに上記必要事項を書き、静岡市美術館(〒420-0852葵区紺屋町17-1☎273-1515・1枚4人まで・多数抽選)へどうぞ
※ホームページからも申込みできます。

安倍ごころ秋の催し

〒421-2106 葵区牛妻2352 ☎294-2501

◆盆栽展・盆栽相談を開催

とき:11月15日㈮、16日㈯、17日㈰、午前10時～午後4時30分　※17日は午後4時まで
※当日、直接会場へどうぞ(無料)
※相談希望者は盆栽を持参してください。

◆秋のわくわくミニ牧場

とき:11月23日㈷、午前10時～午後3時
※雨天時は24日㈰に延期
内容:ミニ牧場、ひよこのふれあい広場、バター作り、万華鏡作りなど
※当日、直接会場へどうぞ(一部有料)

◆ばあばの味「ゆずみそ・ゆずジャム作り」

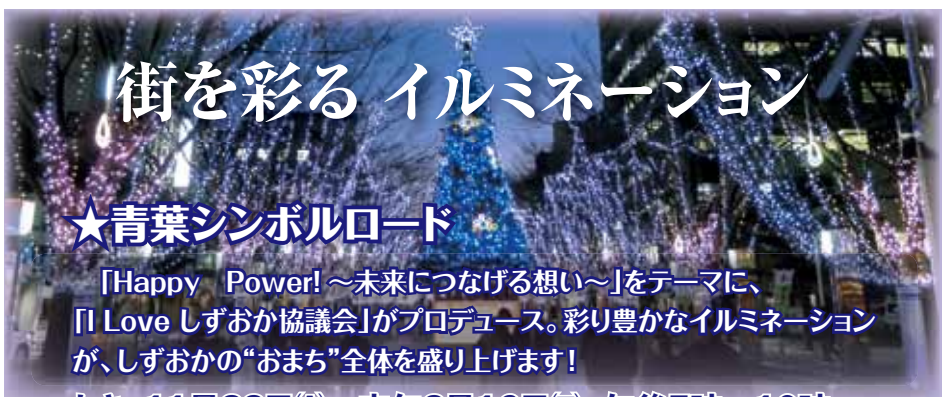
とき:12月4日㈬、午前9時30分～正午
対象:成人12人(初めての人)　**会費**:700円
申込み:11月21日㈭(必着)までに、往復ハガキに上記必要事項を書き、安倍ごころへどうぞ(1枚1人・多数抽選)

わらびこ 自然食作り ～餅つき～

とき:12月20日㈮、午後1時～3時
対象:成人10人　**会費**:800円
申込み:12月10日㈫(必着)までに、往復ハガキに上記必要事項を書き、わらびこ(〒421-1314葵区大原1834☎270-1501・1枚1人・多数抽選)へどうぞ

ターゲットバードゴルフ大会を開催します

子どもからお年寄りまで楽しめます。初心者へのアドバイスや道具貸し出しもあります。
とき:12月8日㈰、午前9時～午後2時
※雨天時は来年1月12日㈰に延期
ところ:有度山総合公園運動施設(駿河区小鹿)
対象:小学生以上72人　**会費**:500円
申込み:11月12日㈫～、電話か直接、有度山総合公園運動施設(☎264-2722・申込順)へ



駿府匠宿 冬のイベント

<問合せ>
駿河区丸子
☎256-1521

第五回 駿府そば祭り

とき:11月23日㈷、24日㈰
●そば商組合とそば打ち同好会の協力による有名そば屋の出店、そば打ちの実演・体験など
※体験希望者はエプロン持参、要会費1,000円

クラフトマンの朝市

とき:12月20日㈮～24日㈫
●静岡県内のさまざまなクラフト作家が、自慢の作品を販売します。

そば打ち道場・うどん倶楽部(クラブ)

とき:12月22日㈰、23日㈷
〈そ　ば〉午前10時30分～
〈うどん〉午後1時30分～
対象:どなたでも そば50人・うどん25人
※小学4年生以下は保護者同伴
会費:そば2,100円～、うどん1,500円
※予約制・詳しくは、駿府匠宿へどうぞ

展　示

※無料

日本のこころ 富士山写真展

とき:12月23日㈷まで
●富士山写真コンクール入賞作品約50点を展示します。

正月展

とき:11月28日㈭～来年1月7日㈫
●来年の干支「午(うま)」にちなんだ作品を数多く展示します。その他、昔なつかしい正月玩具も並びます。

清水ナショナルトレーニングセンター休館のお知らせ　全館休館…11月11日㈪・12日㈫　アクアプール休館…11月13日㈬～15日㈮　※いずれも終日　**問合せ**:清水ナショナルトレーニングセンター(清水区山切☎371-9000)

申込時の必要事項…催事名、住所、全員の氏名(ふりがな)、電話番号、返信用あて名(往復ハガキの場合)を必ず記載してください

イベント

やませみ学級講座 シャンソンミニコンサート
とき:11月13日㈬、午後1時30分～3時
ところ:井川生涯学習交流館(葵区井川)
対象:どなたでも(無料)
※当日、直接会場へどうぞ
問合せ:生涯学習推進課(☎221-1207)

静岡音楽館AOI 講演会「東北再生の道」
とき:11月17日㈰、午前10時30分～正午
内容:同日開催する「奥州平泉・毛越寺(もうつうじ)の法会」の楽しみ方や大震災後の復興について
講師:藤里明久氏(毛越寺執事長)
対象:どなたでも300人(無料)
問合せ:申込方法など詳しくは、静岡音楽館AOI(葵区黒金町☎251-2200)へどうぞ

市立中央図書館 ライブラリーコンサート
とき:11月23日㈷、午後2時～3時30分
出演:静岡室内楽協会
対象:どなたでも100人(無料)
申込み:11月13日㈬、午前9時30分～、電話か直接、市立中央図書館(葵区大岩本町☎247-6711・申込順)へどうぞ

井川少年自然の家で 井川 de ものづくり
もうすぐクリスマス!ドングリや木の実など、自然の素材でクリスマスリースを作ろう。
とき:12月7日㈯～8日㈰(1泊2日)
対象:家族またはグループ11組40人
会費:30歳以上2,520円、高校生～29歳2,110円、中学生以下1,890円、2歳以下70円(保険代のみ)
申込み:11月15日㈮、午後5時までに、電話で井川少年自然の家(葵区井川☎260-2761・多数抽選)へどうぞ

清水和田島少年自然の家 親子ミニ門松づくり
とき:12月23日㈷、午前10時～おおむね午後4時　**対象**:親子15組　※1家族1セット。未就学児の参加についてはご相談ください。
会費:1人550円(昼食代含む)
※材料費別途1家族200円
申込み:11月30日㈯(必着)までに、申込用紙と返信用ハガキを郵送か直接、清水和田島少年自然の家(清水区和田島☎395-2611・多数抽選)へどうぞ　※申込用紙は同自然の家、または同ホームページにあります。

講座・教室

11月ユネスコ講座「北斎・広重からの華麗なる展開」
とき:11月15日㈮、午後2時～4時
ところ:アイセル21(葵区東草深町)
講師:牧野宗則氏(版画作家)
対象:どなたでも90人(無料)
※当日、直接会場へどうぞ(先着順)
問合せ:静岡ユネスコ協会(吉岡方☎246-5667)
担当:教育総務課(☎354-2524)

小学校入学準備セミナー なれるかな?ぴかぴかの1年生
とき:12月5日㈭、12日㈭、19日㈭の午前10時～11時45分(全3回)
ところ:アイセル21(葵区東草深町)
内容:小学校入学を迎えるにあたっての親としての心構えを学ぶ
対象:来年小学校に入学する子の保護者20人(無料)　※託児あり(無料・1歳～未就学児)
申込み:11月18日㈪(必着)までに、ハガキかFAXに上記必要事項を書き、生涯学習推進課(〒420-8602☎221-1207・FAX221-1758・多数抽選)へどうぞ　※託児を希望する場合はその旨と子の名前・年齢も記入。
※ホームページからも申込みできます。

「生活困窮者を支える包摂型社会をつくる」シンポジウム開催
あらゆる人を排除しない「包摂型社会」をめざし、第一人者による基調講演や事例報告、パネルディスカッションを行います。
とき:12月8日㈰、午後1時15分～4時45分
ところ:あざれあ(駿河区馬渕一丁目)
対象:どなたでも99人(無料)
問合せ:申込方法など詳しくは、青少年就労支援ネットワーク静岡事務局(静岡地域若者サポートステーション内☎351-7555)へ
担当:商業労政課(☎354-2430)

静岡病院市民公開講座 ころばない足腰づくり
筋肉量を測定して体のバランスを知ろう!筋力が落ちた人の介助実技、筋力強化の食事とトレーニング方法などを学びませんか。
とき:12月14日㈯、午前10時～11時30分
ところ:静岡病院西館12階講堂
対象:どなたでも100人(無料・駐車場有料)
申込み:11月13日㈬～、電話で市コールセンター(☎200-4894・申込順)へどうぞ
問合せ:静岡病院(☎253-3125)

上下水道モニター 水の循環と環境について
とき:12月3日㈫、午前9時～午後3時40分
コース:承元寺取水口～徒歩(2km・45分)～谷津浄水場～静清浄化センター
※駿府城跡観光バス駐車場(旧青葉小)または市役所清水庁舎集合・解散。駐車場なし。
対象:どなたでも20人(無料)
申込み:11月11日㈪、午前8時30分～、電話で水道総務課(☎354-2707・申込順)へ

井川の森で しいたけ教室を開催します
とき:12月7日㈯、午前10時～午後3時
※雨天時は14日㈯に延期
ところ:井川シャウノウ市有林　※リバウェル井川スキー場(葵区井川)駐車場集合
内容:チェーンソーを使ったホダ木づくりから種駒打ち体験まで
※ホダ木は持ち帰りできます。
対象:どなたでも30人　**会費**:1家族500円
申込み:11月27日㈬(必着)までに、ハガキかFAXに上記必要事項と年齢を書き、中山間地振興課(〒421-1212葵区千代538-11☎294-8807・FAX278-3908・多数抽選)へ

高山・市民の森(葵区水見色) 森に親しむ催し
申込み:11月27日㈬(必着)までに、ハガキかFAXに上記必要事項と年齢を書き、中山間地振興課(〒421-1212葵区千代538-11☎294-8807・FAX278-3908・多数抽選)へ

◆大人のための林業体験教室(初級)
とき:12月7日㈯、午前10時～午後3時
※小雨決行・現地集合解散
内容:チェーンソーの取扱い講座や玉切り体験
対象:成人12人　**会費**:500円

◆森の散策とリースづくり
専門家と植物観察をしたり、自然の素材を使ったリースを作って楽しみます。
とき:12月8日㈰、午前10時～午後3時
※小雨決行・現地集合解散
対象:どなたでも40人　※子ども連れの人優先　**会費**:1組200円

薬物依存症についての家族教室
とき:12月～来年3月の毎月第1火曜日、午後2時～4時30分(全4回)
ところ:こころの健康センター(葵区柚木)
対象:薬物依存症者の家族10人(無料)
※匿名での参加可
申込み:11月11日㈪～、電話でこころの健康センター(☎262-3011・申込順)へどうぞ

ファシリティドッグ ～ヨギくんの一日～
認定NPO法人シャイン・オン!キッズが県立こども病院に無償で派遣している「ファシリティドッグ」(重い病気の子どもとご家族の精神的サポートをする犬)のヨギくんの一日を学びます。ヨギくんもやって来ます!
とき:11月24日㈰、午後2時～3時30分
ところ:動物愛護館(葵区産女)
対象:どなたでも40人(無料・先着順)
※当日、直接会場へ。動物の同伴はできません。
問合せ:動物愛護館(☎278-4070)

中央卸売市場 料理教室 大根まるごと使い切りレシピ
とき:11月30日㈯、午前9時30分～午後0時30分
対象:どなたでも20人　**会費**:1,000円
申込み:11月18日㈪(必着)までに、往復ハガキに上記必要事項と性別、年齢を書き、静岡市中央卸売市場協力会(〒420-0922葵区流通センター1-1☎263-3435・1枚1人・多数抽選)へどうぞ

文化財サポーター 入門講座
とき:11月30日、12月14日、来年1月18日、2月8日、3月1日の土曜日、午後1時～4時(全5回)
※第5回は公開講座として開催
ところ:登呂博物館(駿河区登呂五丁目)ほか
内容:文化財の調査、修復方法など、文化財保護の基礎知識を学ぶ
対象:どなたでも40人　**会費**:500円
申込み:11月11日㈪～、電話で文化財課(☎221-1069・申込順)へどうぞ

講演会「富士山世界文化遺産への道のり」
とき:12月8日㈰、午後1時～2時30分
※3時～4時、洋上からの視察もあり
ところ:清水日の出センター(清水区日の出町)
内容:三保松原と清水港のこれからを考える
講師:西村幸夫氏(東京大学大学院教授・日本イコモス国内委員会委員長)
対象:どなたでも300人
※洋上視察は100人

申込み:11月11日㈪～、FAXに上記必要事項と洋上視察の希望の有無を書き、清水港振興グループ(ドリームプラザ内☎354-3360・FAX354-3187・申込順)へどうぞ
問合せ:清水港振興課(☎354-2432)
※詳しくは、エスパルスドリームプラザホームページをご覧ください。

個人市民税の均等割税率引上げのお知らせ

東日本大震災を教訓として、緊急防災・減災事業の財源を確保するために制定された臨時特例法(※)により、平成26年度から35年度までの10年間、臨時的に個人市民税の均等割の税率を500円引き上げます。
個人県民税についても同期間500円引き上げられます。市民の皆さんの生命と財産を守るために必要な財源です。ご理解とご協力をお願いします。

※臨時特例法「東日本大震災からの復興に関し地方公共団体が実施する防災のための施策に必要な財源の確保に係る地方税の臨時特例に関する法律」(平成23年12月2日公布)

問合せ
市民税課 ☎221-1043
各区の市税事務所
葵 ☎221-1041
駿河☎287-8662
清水☎354-2073

11月11日㈪～17日㈰は「税を考える週間」です。

●税の広場
とき:11月11日㈪～15日㈮、午前8時30分～午後5時15分(15日は午前のみ)
ところ:市役所静岡庁舎新館1階ラウンジ
内容:税に関する習字やポスターなどの展示
問合せ:税制課(☎221-1493)

●年末調整等説明会 及び 所得税の青色申告決算等説明会のお知らせ

ところ	とき(11月) ※2時間程度		内容
静岡市民文化会館	20日㈬	午前10時～午後1時30分～	青色申告決算等
	21日㈭		年末調整等
清水テルサ	15日㈮		
清水税務署	18日㈪	午後1時30分～	青色申告決算等

※公共交通機関をご利用ください。

問合せ
※音声自動案内
静岡税務署 ☎252-8111
清水税務署 ☎366-4161

市町対抗駅伝競走大会に伴う 交通規制のお知らせ 11/30㈯

県内全市町が参加する「第14回静岡県市町対抗駅伝競走大会」が、11月30日㈯、市内を会場に行われます。これに伴い、市内の一部道路で交通規制が実施されます。皆さんのご理解とご協力をお願いします。

県庁前(9:45～)▶長谷通り(10:00～)▶麻機街道(10:20～)▶流通センター前通り(10:30～)▶北街道(10:35～)▶天王町(11:00～)▶辻三丁目・興津清見寺(11:05～)▶さつき通り(11:30～)▶南幹線(11:35～)▶草薙陸上競技場
※交通規制は予想時刻です。選手通過後順次解除されます。

静岡市からは清水・静岡A・静岡Bの3チームが参加しますので、皆さまのご声援をお願いします。
詳しくは、ホームページをご覧ください。

問合せ
静岡県市町対抗駅伝競走大会事務局
☎284-9094
しずおか市町対抗駅伝　検索

火災ゼロの都市をめざして 秋の火災予防運動を実施します　空気が乾燥して火災の起こりやすい季節となります。火の取扱いには十分注意しましょう。　**とき**:11月9日㈯～15日㈮　**問合せ**:消防部予防課(☎255-9701)

申込時の必要事項…催事名、住所、全員の氏名(ふりがな)、電話番号、返信用あて名(往復ハガキの場合)を必ず記載してください

清水港船宿記念館「末廣」ステンドグラス作り体験教室

とき:11月30日㈯、午前10時、11時、午後1時30分、2時30分(おおむね各30 ～40分)
内容:バッグに付けるチャームを作る
対象:どなたでも各時間5人
会費:1,500円(材料、お抹茶セット付き)
申込み:11月12日㈫、午前10時～、電話で末廣(清水区港町一丁目☎351-6070・申込順)へどうぞ
問合せ:静岡観光コンベンション協会清水事務所(☎388-9181) ※12月23日㈷まで、末廣ステンドグラス展も開催中です(無料)。

精神科医・作詞家 きたやまおさむ氏 講演会

「人生物語の紡ぎ方 ～今、日本人に伝えたいこと～」をテーマとした講演です。
とき:来年1月11日㈯、午後5時30分～7時
ところ:清水テルサ(清水区島崎町)
対象:どなたでも500人(無料)
申込み:12月13日㈮までに、電話で市コールセンター(☎200-4894・多数抽選)へどうぞ
問合せ:こころの健康センター(☎262-3011)

お知らせ

市立静岡病院・清水病院の看護師・助産師を募集します

	採用時期	対 象(各若干名)
①	来年1月1日以降	看護師免許を有する人
②	来年4月1日以降	今年度の国家試験により、看護師免許を取得する見込みの人
③	来年1月1日以降	看護師免許を有し、看護教員養成講習修了書を有する人

※いずれも昭和29年4月2日以降に生まれた人
試験日:11月16日㈯
試験内容:面接、小論文(申込時に提出)
募集期限:11月13日㈬
問合せ:申込方法など詳しくは、静岡病院総務課(☎253-3125)、清水病院総務課(☎336-1111)へどうぞ

ごみ減量の体験・学習に関する施設の愛称を募集します

来年2月開館予定の(仮称)西ケ谷リサイクルプラザと、沼上資源循環センター啓発施設に、すてきな愛称をつけてください。

募集期間:11月1日㈮～29日㈮
申込み:応募用紙を郵送か直接、廃棄物政策課(静岡庁舎本館4階☎221-1361)へ ※応募用紙は同課、市ホームページにあります。

市の臨時職員を募集しています!

勤務内容:一般事務補助等
勤務場所:市役所本庁又は各区役所など
任用期間:6か月以内で、各職場が必要とする期間
問合せ:申込方法、勤務条件など詳しくは、人事課(静岡庁舎9階☎221-1009)へどうぞ
※市ホームページもご覧ください。

任期付短時間勤務職員(ケースワーカー)を募集します

任用期間:来年4月1日から3年(予定)
採用予定人員:15人程度
試験日:来年1月19日㈰(一次:筆記・面接)
申込期間:11月15日㈮～12月16日㈪(消印有効)
問合せ:人事委員会事務局(静岡庁舎13階☎221-1495) ※受験資格など詳しくは、11月15日㈮～、各区役所の総合案内、各支所、各市立図書館などで配布する試験案内をご覧ください。市ホームページにもあります。

都市再生整備計画事業に関するパブリックコメント募集

三保半島地区(平成21年度～)、駿府ふれあい地区(平成21年度～)の事後評価原案、安倍川駅周辺地区(平成23年度～)の中間評価原案について意見を募集します。
募集期間:11月18日㈪～12月18日㈬(消印有効)
問合せ:市街地整備課(☎221-1120)
※資料は、同課(静岡庁舎7階)、各区役所の市政情報コーナー、市ホームページにあります。

安全な道路にするために樹木の管理をお願いします

自宅の庭木の枝などが道路上にはみ出すと、車や歩行者の視界を妨げ、交通事故を誘発する恐れもあります。個人の責任において伐採(ばっさい)や剪定(せんてい)などの管理をお願いします。
問合せ:土木管理課(☎221-1442)、土木事務所(☎354-2202)、または各道路整備課(葵南☎221-1486・葵北☎294-1131・駿河☎221-1734・清水☎354-2012)へどうぞ

住生活総合調査にご協力をお願いします

国土交通省では、5年ごとに12月1日現在における住宅の環境や居住変化などを全国一斉に調査しています。抽出されたお宅を対象に、11月下旬～12月初旬の間、統計調査員が訪問しますので、ご協力をお願いします。
問合せ:県住まいづくり課(☎221-3081)、市住宅政策課(☎221-1590)

「あさはた緑地」の計画案について意見を募集します

葵区麻機地区に計画している「あさはた緑地」の公園計画を充実させるため、市民の皆さんから意見を募集します。
募集期間:11月11日㈪～12月12日㈭(必着)
提出方法:意見書を郵送かFAX、または直接緑地政策課(静岡庁舎7階☎221-1432)へ
※計画案と意見書は、同課、各区役所の市政情報コーナー、各生涯学習センター・交流館、「スマイルあさはた」にあります。市ホームページからも提出できます。

介護保険パンフレット広告主を募集します

平成26年度市介護保険パンフレットに広告を掲載しませんか。
発行部数:3万2,000部
募集数:4枠(多数の場合、見積価格の高い順)
広告掲載枠:たて6㎝×よこ18㎝ (1枠)
最低募集価格:5万円
※介護保険サービス、葬祭、墓地、墓石に関する事業は応募できません。
申込期間:11月11日㈪～12月12日㈭
問合せ:申込方法など詳しくは、介護保険課(☎221-1202)へどうぞ

「しずここ・うつ病デイケア」を実施しています

長期にわたりうつ病で療養している人が、日常生活への復帰をめざす治療の場として、週3回・3か月間通所するデイケアを、年3クール、有料(保険診療)で実施しています。
とき:<次回>来年1月8日㈬～3月19日㈬の期間中、月・水・金曜日、午前9時30分～午後3時30分
対象:市内に住むか通勤するおおむね25 ～60歳で、うつ病の診断で長期にわたり治療中の人 ※主治医が通所を必要と認める人
申込み:11月5日㈫～12月6日㈮、電話でこころの健康センター(葵区柚木☎262-3011)へ

ミニ情報

●平成26年版観光カレンダーを販売します
世界文化遺産・富士山の特集です。
販売開始:11月18日㈪、午前9時～
販売場所:静岡観光コンベンション協会(葵区追手町・クリエーター支援センター内)、同清水事務所(清水区辻一丁目・清水駅前)
価格:800円 **販売数**:各50部(先着順)
問合せ:静岡観光コンベンション協会(☎251-5880)、同清水事務所(☎388-9181)

●陸上自衛隊高等工科学校生徒採用試験
試験日:来年1月18日㈯
試験会場:県静岡総合庁舎(駿河区有明町)
応募資格:中学校卒業(見込み含む)の17歳未満の男子
申込期限:来年1月10日㈮
問合せ:推薦採用試験や申込方法など詳しくは、自衛隊募集案内所(静岡☎284-3936・清水☎352-9100)へどうぞ

●「金融ほっとライン(東海)」無料巡回相談会
とき:11月14日㈭、来年2月3日㈪、午前9時～午後5時 **ところ**:静岡財務事務所(葵区追手町・静岡地方合同庁舎内)
内容:金融サービス、無登録業者からの勧誘・被害、多重債務に関する相談・悩みなど
問合せ:申込方法など詳しくは、消費生活センター(☎221-1054)へどうぞ

●梅ケ島ふるさと祭りを開催します
中学生の神楽披露、新鮮な農産物・加工品の販売、餅つき大会など内容盛りだくさん!
とき:11月17日㈰、午前9時30分～午後2時
※雨天決行
ところ:梅ケ島小中学校グラウンド(葵区梅ケ島) **問合せ**:梅ケ島中学校(☎269-2148)

●大川収穫祭を開催します
地元採れたて野菜や加工品の販売、地元学校・サークル活動のステージ発表など
とき:11月24日㈰、午前9時～午後1時30分
※雨天決行
ところ:大川中学校グラウンド(葵区日向)
問合せ:大川地区センター(☎291-2002)

●国際交流協会 英語講座
申込み:11月20日㈬(必着)までに、往復ハガキに上記必要事項と年齢または学年を書き、静岡市国際交流協会(〒420-0853葵区追手町4-16☎273-5931・多数抽選)へ
<わくわくキッズ英語>
とき:11月30日㈯、午前10時30分～11時15分
対象:市内に住む小学①1 ～3年生②4 ～6年生各15人(催行最少人数各6人) **会費**:500円
<お勤め帰りのブラッシュアップ英会話>
とき:12月4日～来年3月5日の期間中、おおむね毎週水曜日、午後7時～8時(全12回)
対象:英検3級程度(中学卒業レベル) 15人程度(催行最少人数6人) **会費**:1万円

●木下大サーカスがやって来る!
奇跡のホワイトライオン世界猛獣ショー。
とき:11月22日㈮～来年2月12日㈬
ところ:JR東静岡駅北口特設会場
問合せ:木下大サーカス静岡公演事務局(☎272-0009・11月18日以降は☎262-0045)

地方分権一括法関係の条例案について意見を募集します

「地域の自主性及び自立性を高めるための改革の推進を図るための関係法律の整備に関する法律」の施行により、職員・委員の資格・定数等について、条例で独自の基準を定められるようになりました。

静岡市の特性に合った条例を制定するため、下表の条例案について意見を募集しています。各条例案の詳細については、各担当課にお問い合わせください。
※市ホームページもご覧ください。

●申込期間…11月15日㈮～12月16日㈪

	名 称	担当課		名 称	担当課
1	静岡市水防協議会条例の一部改正	防災対策課 ☎221-1012	5	静岡市土地利用審査会条例の一部改正	開発指導課 ☎221-1408
2	静岡市交通安全対策会議条例の一部改正	市民生活課 ☎221-1058	6	(仮称)静岡市消防長及び消防署長の資格を定める条例	消防総務課 ☎255-9710
3	(仮称)静岡市民生委員の定数に関する条例	福祉総務課 ☎221-1366	7	静岡市社会教育委員条例の一部改正	教育総務課 ☎354-2524
4	静岡市青少年問題協議会条例の一部改正	青少年育成課 ☎221-1474			

愛称は 呉服町タワー に決定しました

再開発を進めている「静岡呉服町第一地区」では、来年3月の竣工を目指し、地上29階建てのビルを建設中です。1、2階には新たに商業施設や医療施設が入居予定です。

皆さんから愛称を募集したところ314通の応募があり、審査の結果、「呉服町タワー」に決定しました。たくさんのご応募ありがとうございました。

問合せ 静岡呉服町第一地区市街地再開発組合(☎201-9315)
担当:市街地整備課(☎221-1410)

女性の人権ホットライン 11月18日㈪～24日㈰は強化週間です。ひとりで悩まず、電話してください。 **受付時間**:午前8時30分～午後7時 ※土・日曜日は午前10時～午後5時 **問合せ**:静岡地方法務局人権相談窓口(☎0570-070-810)

満月が青白く輝く夜、
24匹のジェリクルキャッツたちが
舞踏会に参加するため集まる…

きらっと

劇団四季

荒木 美保さん

ミュージカル『キャッツ』に
ディミータ役で出演中

※ジェリクルキャッツ…飼い馴らされず、逆境に負けず、人生を謳歌する強靭な思想と無限の個性、行動力を持つ猫

一緒に紡ぎ出す それぞれの物語

―劇場に一歩足を踏み入れると、そこは都会のゴミ捨て場だった―

客席の扉を開けた瞬間から衝撃を感じるミュージカル『キャッツ』。その魅力の一端を市出身でディミータ役で出演している荒木さんに伺いました。

『キャッツ』は、数々の賞を受賞したミュージカル。人気の秘密はどこにあるのでしょうか。

「『キャッツ』は物語が進むにつれて、観客と猫の間で一体感がでてくるんです。猫たちの境遇、想いに自分が同化していく感覚といいますか。物語に入り込んでいけるのが魅力ですね」。

『キャッツ』には24匹もの猫が登場してきますね。

「物語は1匹のジェリクルキャッツを選ぶものなんですが、1匹だけではない、24匹の物語があるんです。さらに見る人それぞれ感じるものも違う。それぞれの猫たちと共鳴し、新たな発見がある。各々の感性で多くのものを感じてもらいたいですね」。

シンプルな物語でありながら、奥が深いミュージカルなんですね。

「そうですね。私も毎日〝ジェリクル〟とは何かを問いかけながら演じています。まだ答えは見つかっていないんですけどね（笑）」。

まさに観客と一緒になって創り出す物語。興味が沸いてきますね。

「『キャッツ』には予想外の面白さがあるんですよ。スポットライトが当たらない所で意外な動きをしている猫がいたりとか（笑）。自分だけの見方を追究してみるのも楽しいですよ」。

「『キャッツ』は静岡市で日本公演30周年を迎えます。長い年月で培われたキャッツワールド。その奥深さをぜひ劇場で体感してみてくださいね」。

※撮影：荒井 健

Information Shizuoka 情報しずおか

徳川家康公顕彰四百年を記念し、フルマラソン大会を開催します

「静岡マラソン2014」の開催が決定し、10月11日㈮に記者会見が開かれました。

マラソンの開催日は来年の3月2日㈰。葵区役所から国道150号を通り、清水駅をゴールとするフルマラソンを目玉としており、陸上競技連盟の公認を受けた県内唯一のフルマラソン大会です。

市長は「マラソン大会にはランナーはもちろんのこと、沿道で応援してくれる皆さんや、ボランティアに参加してくれる皆さんの力も不可欠。おもてなしの心をもって、県内外のお客様に楽しんでもらえる大会にしたい」と、意気込みを語りました。

新静岡市誕生10周年記念事業

清水みなと屋台まつり

地元静岡の飲食店・B級グルメのお店など約40店舗が出店。音楽演奏などのステージショーも充実!多彩なイベントをお楽しみください。

と き　11月23日㈷ 午前10時～午後9時
　　24日㈰ 午前10時～午後5時

ところ　JR清水駅東口（みなと口）イベント広場

問合せ　行政管理課　☎221-1001

11/23㈷は、トークショーを開催します

午前10時30分～、パパイヤ鈴木さん
午後2時30分～、酒井美紀さん

オクシズ

静岡は奥が深い。

足久保家康公のお茶祭り

口切の儀、お茶席、足久保茶の呈茶サービス、他では食べられない竹千代なべの振る舞いなど、イベント盛りだくさん!

静岡茶発祥の地と言われる、「足久保」のお茶をお楽しみください。

と き　11月24日㈰ 午前9時～午後1時（受付正午まで）

ところ　足久保公民館（葵区足久保口組）　足久保グラウンド特設会場
※当日、直接会場へどうぞ

問合せ
足久保茶ブランド推進実行委員会
（川崎方☎296-0337）

静岡を希望の岡に

ひと、まち、輝く 静岡気分

発行日 / 平成25年11月 1日
広報課 ☎(054)221-1021
FAX(054)252-2675

市役所へのお問い合わせは…コールセンター
年中無休 午前8時～午後8時
☎(054)200-4894
FAX(054)200-4895
Eメール info@call.city.shizuoka.jp

インターネット
http://www.city.shizuoka.jp/
携帯電話（PHSは除く）
http://www.city.shizuoka.jp/m/

救急案内
救急診療の問い合わせは、県救急医療情報センターへ
（24時間☎0800-222-1199）

市役所 代表電話番号
静岡庁舎 ☎(054)254-2111
清水庁舎 ☎(054)354-2111
駿河区役所 ☎(054)202-5811
平日午前8時30分～午後5時15分

市役所への郵便物は、下記の郵便番号とあて名（静岡市役所・担当課名）で届きます。
静岡庁舎（葵区役所）　〒420-8602
清水庁舎（清水区役所）〒424-8701
駿河区役所　〒422-8550

静岡市の人口・世帯数

平成25.9.30現在の人口・世帯数
（　）は前年同月との比較

男	女	合計
350,564人（-1,149人）	368,765人（-1,479人）	719,329人（-2,628人）

数字は住民基本台帳に基づくもの

世帯数　304,198世帯（+2,605）

市の花 タチアオイ

市の木 ハナミズキ

市の鳥 カワセミ

広告掲載の問合せ：株式会社エイエイピー☎284-6333　※広告内容に関する一切の責任は、広告主に帰属します。